

コロナ禍で起きている子どもたちの発達と心の変化



河野 政樹 (この まさき)

- 一般社団法人 日本医療福祉教育コミュニケーション協会 (AMWEC) 代表理事
- 虹の子どもクリニック院長
- 日本小児科学会 (専門医・指導医)
- 日本小児心身医学会 (認定医・指導医・代議員)
- 子どもの心専門医・指導医
- NLP 認定マスタープラクティショナー・トレーナー
- 米国 NLP University 認定コーチ
- AMWEC 認定上級コミュニケーション指導者・公認メンタルトレーナー



コロナ禍で起きた子ども達の発達と心への影響

コロナ禍は、個人差はありますが、やはり子ども達の心身に影響を与えたと考えます。外来診療などから、主に以下の6つの点を実感しました。

- ①長期休業・外出規制による不登校の急増
- ②ゲーム依存による小脳機能の低下・手首が回らない不器用な子どもの増加
- ③マスク着用による構音障害・語彙が増えないなどの言葉の遅れ・咀嚼力の低下
- ④睡眠リズムの障害
- ⑤家族の心理的距離が近づくことでの過干渉の増加
- ⑥10代の自殺者の増加

中でも、ゲーム障害や睡眠の障害が特に深刻です。通常の生活に概ね戻った今も、心当たりのある方はぜひ今一度お子さんと向き合い、必要に応じてプロに相談してみてください。

子どもの心と行動と大人の対応

子どもには、「安心・安全」を求める心が根底にあります。「甘えたい」と思っている時は、不安を抱えている時です。大人に求められている対応は、ひとえに「安心」させることです。「私

を見て」と主張する時は、孤独を感じている時です。大人は「言葉」でしっかり褒めて認めて、大事にしてあげてください。「他人のため」に何かしようとするのは、自分のことを「無価値」だと思っている時です。大人は「やってくれてありがとう」「やってくれて嬉しいよ」「あなたがいてくれてよかった」と感謝を伝え、価値を認めてあげてください。

子どもをやる気にさせる大人の4原則

「子どもをやる気にさせる大人の4原則」を提案します。これらは、発達障害のお子さんに関わっている大人の子育てや教育を案にする原則でもあり、子育て一般にも通ずる知恵でもあります。

- ①嫌なことより好きなこと
- ②苦手なことより得意なこと
- ③ありのままを認め感謝する
- ④具体的な見通しを与え、褒美を与える

①と②は、「嫌なこと」や「苦手なこと」をやらせないということではありません。嫌なことをやる前に、好きなことからやって、気持ちが乗ってきたら、嫌なことを少しでもさせる。得

意なことを伸ばして自信をつければ、勢いに乗って、苦手なことにも取り組むことができるようになるということです。行動の第一歩が「好きなこと」であり、「得意なこと」になればやりやすいという意味です。

④の「ご褒美」は、「〇〇をやったら、好きなものを買ってあげる」という「やらせるため」の「取引」ではありません。物が目的で、それがほしいからやるということではないのです。やったら「できるようになる」ことがご褒美ですし、「お母さんにすごく褒められた」ということもご褒美なのです。ぜひこの4原則をお子さんに関わる際の参考にしてみてください。

講演会 in バンコク

「多様化する社会と子どもの未来」

日時 2/6(月) 9:30~11:30
★講演会参加者限定：ランチ懇親会 (11:30~12:45) も開催！※ご希望者のみ、要予約
場所 ポイスホビークラブ
お問合せ&ご予約はポイスにお電話下さい。
☎02-119-7250

- 虹の子どもクリニックはこちら <https://www.nijinokodomo.jp/>
- 子育てオンラインサロンはこちら <https://kzsalon.jp/>

幸せに生きるためには♡ 変化する価値観とどう向き合うか？



スワーダ・アル・ムダフアーラ
(Dr. Suad Mohammed Abdullah Al Mudhaffar)

- オマーン在住。アザン・ビン・ケイス・インターナショナルスクール (ABQIS) 創設者。
- 2023年：日本国・外務大臣賞受賞
- 2011年：Northwest Asian Weekly "2011年度世界の女性リーダー10人"に選出
- (アンゲラ・メルケン元首相、ミシェル・オバマ氏、アウンサン・スーチー氏と共に)
- 2006年：Newsweek "世界が尊敬する日本人100人"に選出

1979年の文化使節団の一員としてのオマーン王国訪問をきっかけに、現地の女性たちに日本の心を伝える活動を開始。1982年に改宗、改名しオマーン国籍取得。1990年にオマーンの子どものための私立学校を創設。「学びは学力だけではない」の信念に基づきながら、校長として学力世界一を生み出す名門校を育て上げ、国内外のメディアに多数出演・掲載。2010年校長引退後、現在は、ライフコーチ、教育アドバイザー、ビジネスコンサルタントとしてオマーンと日本の懸け橋として活躍中。



女性活躍の歴史と2024年に思うこと

皆さん、こんにちは！2024年も『あっ！』という間にひと月が過ぎ去りました。『今、生きている！』この瞬間、あなたは過ぎ去った日々を思いをめぐらせますか？それとも今から訪れる日々をワクワクと想像を膨らませますか？と、その課題はちょっと横に置き。

1月17日の日本航空初の女性社長の誕生のトップニュースは、女性の活躍において素晴らしい進展ですね。一方で、1946年戦後初めての衆議院議員総選挙で約380万人の女性が初めて投票し、39名の女性国会議員が誕生した歴史が日本にあったと知り、78年の月日がありながら現在の国会議員女性進出数は10%程度と、ほぼ成長のない現実には驚きました。

私の住むオマーンは、1985年にアラブ地域初の女性の投票権と女性議員の選出という実績を持ち、数多くの女性が活躍しています。女性の活躍、男女平等、ジェンダーフリー等々の言葉が歴史に飛び交い、世界の女性たちの地位向上が進み、一人ひとりの女性が歴史と共に成長していることは間違いありません。

実はそれらの事の発端は、19世紀ヨーロッパの女性解放フェミニズム運動。1960年代後半か

ら1970年代前半にかけては、アメリカでウーマン・リブ (Women's Liberation) の女性解放運動、そして東京でもウーマン・リブ大会が1970年に開かれました。これらの運動は、家に閉じこもっていた女性の社会進出に大きな役割を果たし、その一方、長い間女性が悩まされ続けた問題が2017年「#MeToo」で盛り上がり世の中を驚かせました。2015年に国連サミットで採択された「SDGs」も、男女問わず社会全体を住みやすく守るための大きなキャッチフレーズでした。

こうして全ての人々が生きやすい社会を創設するために力を結集してきた歴史を振り返りましたが、私たちが意識的に携わらずとも、個人パフォーマンスが時代の変化に影響を与えている、そんな自負をもちませんか？

幸せに生きるためには♡

さて、幸せに生きるためには、心と経済の安定が不可欠ですが、人により心の不安は様々です。例えば、AIの普及により仕事を失う不安は、一度就いた仕事で、生涯収入を得続けようという考えから生まれますが、仕事の生涯保証など本来は全くないのです。何故なら、時代の流れは変化する生き物で、その時と共に生きるには、如何にその時代に順応出来るかが決め手だからで

す。そして今、時代は過去にないスピードで変化し続けています。

時代の流れに振り回されることなく、流れに乗りハッピーに過ごす自分を作る大切な2024年に入りました。プロフェッショナルと呼ばれる技術的なお仕事も、一流会社勤めも生涯続ける必要は全くありません。次のステップに進むためには、今までのお仕事の経験を活かし、自分だけの時間を学びに費やし、そして趣味を持つことです。生きるために収入を得ることは大切な術！その為に出来る事を増やしましょう。他人と比べず、自分に自信を持ち、自分を知る事です。過去を振り返って戻ってこないことに悩まず、来るべき未来に希望を持って進むべき♡

講演会 in バンコク

「私はだ〜れ？」
～多様化した時代、あなたはどうか生きる？～
日時 2/27(火) 9:30~11:30 詳細はこちら♡
★講演会参加者限定：ランチ懇親会あり
※ご希望者のみ、要予約
場所 ポイスホビークラブ
お問合せ&ご予約はポイスにお電話下さい。
☎02-119-7250



> 不動産

主婦の味方！

住まいへ感動を！
小回りの利くスピーディーな不動産屋
あなたと住まいをつなぐシグネットホーム

Amporn (G.M.) Piya Apartment 桜井要 (M.D.)

Cygnnet Real Estate Co., Ltd.
☎ 085-481-1793 (日本人) ☎ 02-103-3223~4 (代表)
🌐 www.cygnnethome.com @ cygnnet_bkk

Official Cygnnet Home YouTubeチャンネルはコチラ

> スパ&マッサージ

お手頃価格で至福のひと時を！

からだケアしませんか？
タイマッサージ 450B~
自社農園のハーブボール 900B
アロマオイルマッサージ 900B~
米ぬか酵素風呂 700B~

at ease THAI MASSAGE
マッサージ・スパ
「アットイーズ」
清潔 安心 心ありき

自社農園で育てた
タイハーブプロダクトも
販売しております。
プレゼントにもぜひ

オーナー
上野圭司

「在タイ日本人が好きなお店No.1」
に何度も選ばれています！

日系ゆえの清潔さとホスピタリティ (日本語対応あり)！
技術力が違います！ (専任の指導員が常勤)

高品質のオーガニックプロダクト使用 (5つ星ホテルでも多く使用)

スクンビット 33/1 本店 9:00AM-11:00PM (最終受付 9:30PM)
スクンビット 33/1 スパ店 9:00AM-11:00PM (最終受付 10:00PM)
スクンビット 39 店 9:00AM-11:00PM (最終受付 10:00PM)
※混み合います為、事前のご予約をお勧めしています (前日まで)。

ご予約はこちら

> ヘアサロン

悪い噂、それはヘアサロン

106 HAIR STUDIO
☎02-6627-106
20/82 Soi Prommitr, Sukhumvit 39 Rd.

クーポンとWEB予約

気になるクチコミ

おすすめは
ヘッドスパ
(魔界落ちプラン)

24時間ネットで簡単予約
www.106.co.th

> ヘアサロン

確かなカット！

あなたも変身しませんか？

before after

店長 菅原 真人

平日 10% OFF!

Hair Salon SO
☎ 065-530-3466
📍 ソイ24 ターミナルビルG階 (エンポリアムの隣)
🕒 9:00~19:00 (最終受付)
🚿 水曜 📞 hairsalonso

バンコク20年の信頼！
アットホームなお店♡

MENU
・カット...1100B
・カラー...1500B~
・パーマ...1800B~
・カット+ソープシャンプー...1150B

初回限定特典★
ポイスホビークラブ
メンバーカード提示で
Soポイント
2ポイント加算